Les randonnées pédestres du Var

Bois du Rouquan

Au cœur de la Réserve Naturelle Nationale de la Plaine des Maures, découvrez les essences typiquement méditerranéennes.



Sentier passant au milieu de différents pins (Département du Var)

INFOS PRATIQUES

Territoire(s) de valorisation : CA DRACENIE PROVENCE VERDON AGGLOMERATION

Commune(s) : Vidauban

Zones réglementaires : Réserve naturelle de la Plaine des Maures

Départ : Parking en bordure de la D48 - A proximité d'une citerne

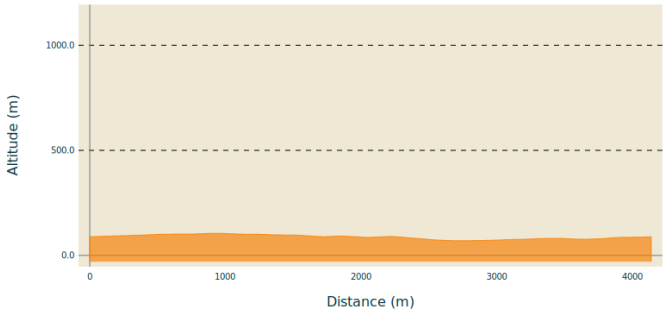
Arrivée : Parking en bordure de la D48 - A proximité d'une citerne

Parking conseillé : 6°26'48" E 43°22'04" N

Pratique : Randonnée pédestre - Type : Boucle

Distance : 4.1 km - Durée : 1 h 30

Difficulté : Facile - Dénivelé positif : 45 m



Altitude min 70 m Altitude max 105 m

DESCRIPTIF

Couleur balisage : jaune

Du poteau flèche “ Aire de départ ”, prenez le sentier à gauche qui longe la D48 en direction de “La Bastide Jérôme Nord Est”. Vous marchez sous des pins parasols et longez les cistes de Montpellier qui tapissent le sol de part et d’autre.

Au poteau flèche ” La Bastide Jérôme Nord Est ”, prenez la piste du Rouquan à droite sur 1100 m en passant une barrière DFCI. Vous traversez un milieu assez ouvert.

Continuez jusqu’au poteau flèche “ Citerne Rouquan Ouest ”.
A cette intersection, vous avez la possibilité de découvrir un ancien four à poix en se dirigeant au sud vers le lieu dit “Preires”, à 400 m.
Pour reprendre votre promenade, prenez un chemin plus étroit sur la droite en direction du bois du Rouquan Est.
Dans ce secteur, vous pouvez observer une zone d’érosion avec des affleurements rocheux, laissant peu de place à la végétation locale.

A l’intersection du poteau flèche ” Bois du Rouquan Est ”, vous avez la possibilité de prendre le chemin à droite pour retourner directement à l’aire de départ.

Pour continuer votre balade, empruntez le chemin à gauche en direction de “La Bastide Christou Est”. Traversez un ruisseau qui est à sec en temps normal mais qui peut être difficile à franchir lors de gros orages.

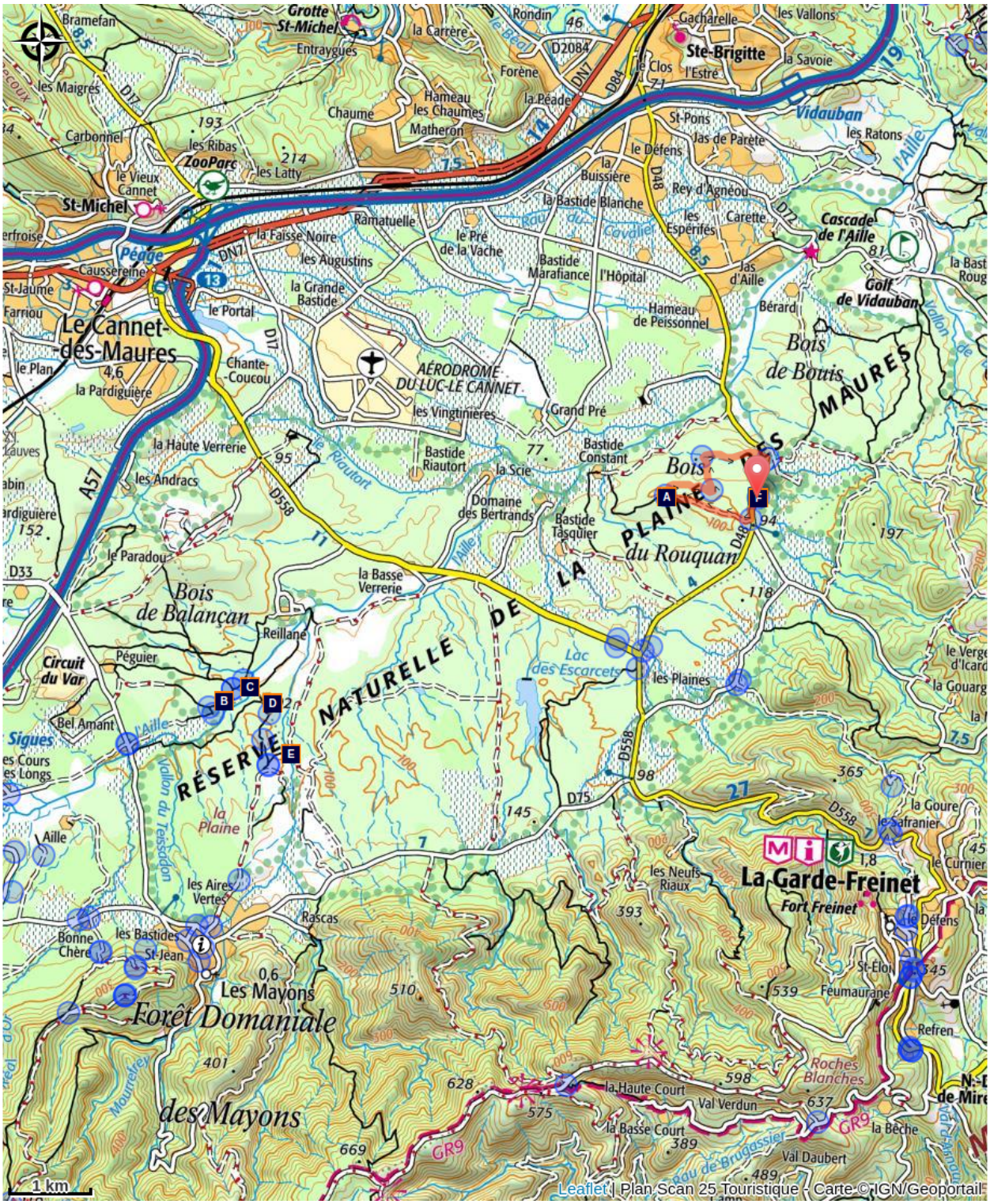
Au poteau flèche ”La Bastide Christou Est”, prenez la piste à droite qui rejoint la route départementale 48. Vous passez à côté d’un rucher produisant du miel de bruyères. Avant de rejoindre la route, vous traversez une zone reboisée par des résineux.

Au poteau flèche “ Plaine de Goyo Sud”, longez à droite la route départementale par un sentier qui ramène au point de départ situé à 500 m.

ACCÈS ROUTIER

Pour se rendre au point de départ : du centre- ville de Vidauban, prendre la D48 direction La Garde- Freinet sur 8 km et se garer au niveau d’une citerne d’eau où il y a une table de pique - nique, en face d’un gîte de France.

CARTE



À DÉCOUVRIR

- Four à poix (A)
- Lézard ocellé (B)
- Gué de l'Aille (C)
- Isoète de durieu (D)
- Gué du Mourrefrey (E)
- Tortue d'Hermann (F)

LES RECOMMANDATIONS


interdiction de fumer et faire du feu


véhicules motorisés interdits


bivouac interdit


cueillette interdite


chiens tenus en laisse


Vérifier la météo


Emporter vos déchets







La nature ne s'enrichit pas de nos déchets: merci de les emporter avec vous. La réponsabilité des usagers est engagée si les règles de sécurité de base ne sont pas respectées.

LES ÉQUIPEMENTS

- **Eau, petite provision**
- **Vêtement de pluie**
- **GPS et/ou carte IGN**
- **Gilet fluo (période de chasse)**
- **Matériel de réparation**
- **Trousse à pharmacie**

CONTACTS UTILES

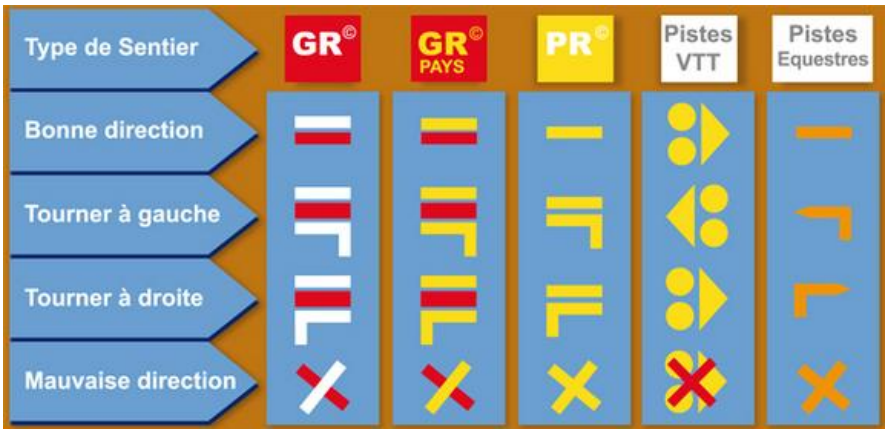
Fédération Française de Randonnée Pédestre: https://www.ffrandonnee.fr/
Comité Départemental de Randonnée Pédestre: https://var.ffrandonnee.fr/ 04 94 42 15 01- (permanence semaine)
Signaler un problème: https://sentinelles.sportsdenature.fr/
Risques incendies: Consulter la vigilance incendie https://www.risque-prevention-incendie.fr/var/
Numéro d'urgence: 112
Renseignements: var.fr rubrique "contact" ou gro-pdesi83@var.fr







BALISAGE



LE DÉPARTEMENT

Pilote d’un développement maîtrisé des sports de nature, le Département du Var vous propose une offre éco-sportive en lien avec les dynamiques locales, sous l’égide des fédérations françaises sportives.
La pratique de sports de nature est un vecteur de découverte des richesses environnementales et patrimoniales du Var. La promotion d’un tourisme sportif proche de la nature est construite autour d'une offre accessible, équilibrée et responsable.
Le Département s'investit, avec des moyens techniques et financiers, pour améliorer le confort des utilisateurs dans leur pratique sportive, développer l'attractivité des sites et veiller à leur préservation.